

Che cosa rende matura la relazione con un figlio adulto?

PERCHÉ SUCCEDE

Tre cose, e nessuna esclude il conflitto: ci si dicono le cose chiaramente, il disaccordo non diventa una guerra, e si rispettano i confini. Con un figlio di vent'anni che vive ancora in casa la terza è la prima vera prova, perché la casa è tua e lui ci è cresciuto da ragazzino. Rispettare i suoi confini non vuol dire approvare le sue scelte: vuol dire riconoscere che sono sue, ed è il modo più concreto che hai per dirgli «so che sei cresciuto», e per molti ragazzi fermi a tredici anni è proprio la frase che aspettano per cominciare a comportarsi da grandi.

COSA PUOI FARE

- 1. Bussa, e aspetta il «sì».** Due secondi di differenza: senza, lui è il ragazzino di cui controlli la stanza; con, è un adulto a cui riconosci uno spazio suo dentro la tua casa.
- 2. Riconosci quali sono i suoi confini.** La porta, il telefono, le scelte sullo studio e sul lavoro.
- 3. Di' «la vedo diversamente», non «sei un irresponsabile».** Il disaccordo è un'opinione diversa, la guerra è un'identità.
- 4. Se ti ha ferito, diglielo,** con una frase in prima persona e senza nasconderti dietro un silenzio; e quando lui ha qualcosa da dirti fai in modo che la tua reazione non lo faccia pentire di averlo fatto.
- 5. Chiediti quale suo confine hai superato l'ultima volta,** anche con le migliori intenzioni, e se glielo hai mai detto.

COSA EVITARE

Non rispondere «qui non c'è niente da nascondere»: il punto non è il segreto, è lo spazio. E non confondere i confini con la distanza, perché dentro i confini una relazione matura diventa più vicina, non più fredda.

QUANDO CHIEDERE AIUTO

Una porta chiusa è un confine, non un sintomo. Lo diventa se per tre mesi smette di cercare lavoro o di seguire i corsi, il sonno si capovolge, le uscite si diradano e le tue proposte non le registra più: il ritiro si nutre di se stesso, e non passa da solo.

Se in quello che hai letto riconosci tuo figlio, parliamone. Scrivimi a ivan@ivanferrero.it e raccontami in due righe cosa sta succedendo: ti rispondo io. Un primo colloquio serve a capire insieme se serve un percorso e di che tipo, senza impegnarti a niente. Lavoro da anni con i genitori e, se occorre, direttamente con i ragazzi.

Ivan Ferrero

Psicologo psicoterapeuta · ivan@ivanferrero.it

Collana *Genitori senza stress*
Tutte le schede su ivanferrero.it